

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia olahraga, setiap orang yang menekuni suatu cabang olahraga biasanya diasumsikan memiliki tubuh dengan fisik yang baik, karena tanpa hal itu seorang atlet akan mengalami kesulitan dalam aktivitas olahraga yang ditekuninya. Namun ada juga yang melakukan aktivitas olahraga hanya sekedar untuk kebugaran jasmani. Tetapi bagi seorang atlet yang menjadikan olahraga sebagai sarana untuk meningkatkan prestasi, maka salah satu yang mutlak untuk dimiliki seorang atlet bola voli adalah kualitas teknik, taktik, mental dan komponen biomotor yang baik.

Irianto (2002) menyatakan bahwa prestasi merupakan akumulasi dan kualitas fisik, teknik, taktik dan kematangan psikis atau mental, sehingga aspek tersebut perlu dipersiapkan secara menyeluruh, sebab satu aspek akan menentukan aspek lainnya. Kualitas pemain akan meningkat, jika keempat unsur tersebut juga meningkat. Seorang pelatih sebagai pengelola program latihan, harus dapat menyusun program latihan yang dapat meningkatkan kualitas teknik, taktik, mental dan kondisi biomotor pemain bola voli.

Teknik, taktik, mental dan kondisi biomotor pemain merupakan unsur penting dalam bermain bola voli yang saling berhubungan. Penguasaan teknik yang baik berhubungan erat dengan gerak, kondisi biomotor, taktik dan mental. Seorang pemain membutuhkan kemampuan biomotor yang baik untuk

meningkatkan kualitas teknik. Pemain yang menguasai teknik dengan baik, tetapi kondisi biomotornya tidak baik akan berpengaruh pada permainannya saat bertanding. Pemain yang memiliki kondisi fisik kurang baik akan bermain tidak maksimal.

Kualitas biomotor tidak hanya berpengaruh pada peningkatan teknik, tetapi juga pada peningkatan taktik. Peningkatan taktik tidak akan berhasil jika belum menguasai teknik dengan baik, serta didukung dengan kondisi fisik baik. Kondisi fisik pemain juga akan berpengaruh pada mental pemain, dan sebaliknya mental pemain juga akan mempengaruhi kondisi biomotor serta teknik dan taktik pemain. Teknik, taktik, mental dan kondisi biomotor merupakan unsur terpenting untuk menciptakan permainan yang baik khususnya bagi sebuah klub bola voli profesional.

Klub bola voli Lavani merupakan klub bola voli profesional yang didirikan oleh mantan Presiden Keenam RI, Susilo Bambang Yudhoyono (SBY). Klub lavani didirikan pada tanggal 1 Desember 2019. Salah satu tujuan dibentuknya klub lavani adalah sebagai bentuk cinta abadi SBY untuk mendiang istrinya. Kata lavani sendiri berasal dari nama yang berlaifalkan *love* Ani. Klub lavani terdiri dari anak-anak muda usia 14-20 tahun dari berbagai pelosok Nusantara yang memiliki semangat tinggi. Di bawah asuhan para pelatih yang profesional, mereka mengembangkan kemampuan bermain bola voli. Selain dilatih fisiknya, mereka juga dipersiapkan mentalnya untuk menjadi atlet voli yang berjiwa kestaria. Melalui pertandingan-pertandingan persahabatan, kemampuan mereka selalu diasah (Voiball, 2020).

Kualitas biomotor seharusnya dijadikan sebagai salah satu kategori dalam seleksi pembentukan tim. Pada kenyataannya komponen biomotor belum digunakan dalam seleksi. Seleksi pemain di klub lavani, komponen biomotor pemain belum menjadi salah satu unsur seleksi. Hal ini menyebabkan pelatih tidak mengetahui kondisi fisik pemainnya, sehingga dalam penyusunan program latihan belum terstruktur dan belum ada patokannya.

Pemilihan pemain kebanyakan hanya memanggil pemain bola voli kemudian melihat bagaimana pemain bermain, tidak melihat dari segi kualitas biomotor yang dimiliki oleh masing-masing pemain. Pelatih dan pengurus masih berfokus pada penguasaan teknik, maka banyak pemilihan pemain dengan kondisi fisik yang masih di bawah standar terpilih dalam tim. Kondisi fisik pemain yang tidak layak saat bertanding masih banyak terjadi dalam tim Lavani. Pada saat pemberian latihan, pelatih juga tidak mengetahui secara jelas masing-masing kondisi biomotor atletnya, sehingga semua porsi latihan diberi sama dan akibatnya banyak terjadi cedera saat latihan. Bahkan kondisi di lapangan klub lavani sendiri belum memiliki pelatih khusus yang menangani fisik pemain sehingga program fisik belum berjalan optimal. Hal ini juga akan menghambat pencapaian prestasi klub lavani.

Pada permainan bola voli, untuk bisa mencapai prestasi maksimal, komponen biomotor tersebut sangat diperlukan dan akan mempengaruhi penampilan atlet baik secara individual, kelompok maupun tim selama mengikuti kompetisi. Untuk itu komponen kualitas biomotor tersebut harus ditingkatkan melalui sebuah perencanaan yang baik dan terukur yang disesuaikan dengan

tahapan dengan mengacu pada kalender kompetisi yang telah ditetapkan agar atlet mampu menampilkan ketrampilan pada level yang tinggi tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan tidak rentan terhadap kemungkinan cedera selama pertandingan puncak.

Menurut Ahmadi (2007), komponen kondisi fisik yang harus dikembangkan oleh pemain bola voli adalah kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelentukkan, kelincahan, daya ledak (*power*), koordinasi, keseimbangan, reaksi dan ketepatan. Semua komponen kondisi fisik tersebut digunakan dalam bermain bola voli, namun ada beberapa komponen yang lebih dominan digunakan dalam bermain bola voli dan merupakan komponen yang sangat penting

Berdasarkan pada kenyataan yang ada bahwa biomotor yang baik penting bagi seorang atlet, itu merupakan dasar yang baik bagi atlet untuk dapat meningkatkan latihan dalam bola voli. Selain itu penting bagi seorang pelatih untuk mengetahui biomotor masing-masing atletnya sebagai data yang valid dalam upaya mempersiapkan atlet untuk menghadapi pertandingan atau kompetisi selanjutnya. Untuk mencapai kualitas biomotor yang baik diperlukan pelatih fisik sehingga mampu membuat perencanaan latihan yang baik. Dalam merencanakan program latihan pelatih harus mempertimbangkan faktor-faktor yang disebut dengan komponen latihan. Komponen latihan merupakan kunci atau hal penting yang harus dipertimbangkan dalam menentukan dosis dan beban latihan.

Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa profil biomotor adalah gambaran tentang keadaan yang terdapat pada seorang atlet yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi. Profil biomotor seorang atlet

harus diketahui sehingga kualitas biomotor seorang atlet dapat ditingkatkan, sehingga prestasi atlet meningkat dan tidak banyak terjadi cedera saat latihan maupun bertanding. Pentingnya biomotor atlet mendorong peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul "Profil Kemampuan Biomotor Atlet Bola Voli Klub Lavani Tahun 2020".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Pentingnya kualitas biomotor dalam pencapaian prestasi olahraga bola voli.
2. Belum diketahui kemampuan biomotor atlet Bola Voli Klub Lavani.
3. Pelatih belum memiliki data yang valid tentang biomotor atlet Bola Voli Klub Lavani.
4. Peningkatan kualitas biomotor atlet Bola Voli Klub Lavani dalam menghadapi kompetisi proligea.
5. Belum ada standar kondisi fisik dalam seleksi masuk tim Bola Voli Klub Lavani.
6. Penyusunan program latihan belum terstruktur dengan baik.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang dan identifikasi masalah maka perlu adanya pembatasan masalah guna menghindari terjadinya penafsiran yang berbeda-beda, sesuai dengan kesanggupan peneliti maka penelitian ini hanya akan

membahas tentang biomotor atlet Klub bola voli Lavani. Profil kemampuan biomotor bola voli dalam penelitian ini terdiri atas; (1). Kelentukkan, (2). Kecepatan, (3). Kelincahan, (4). Daya tahan otot (*muscular endurance*), (5). Daya ledak (*power*) (6). Daya tahan (*endurance*).

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu: “Bagaimana Profil kemampuan biomotor atlet Klub bola voli Lavani tahun 2020 yang meliputi: (1). Kelentukkan, (2). Kecepatan, (3). Kelincahan, (4). Daya tahan otot (*muscular endurance*), (5). Daya ledak (*power*) (6). Daya tahan (*endurance*)?”.“

E . Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Teoritis
 - a. Dapat dijadikan bahan kajian untuk menambah dan memperluas ilmu pengetahuan, tentang biomotor atlet bola voli.
 - b. Memberikan sumbangan pengetahuan biomotor bola voli khususnya mahasiswa KKO cabang bola voli dan dapat memberikan sumbangan ilmu bagi yang akan memperdalam penelitian tentang biomotor bola voli.

2. Manfaat Praktis

- a. Dapat memberikan sumbangan dalam perkembangan pengetahuan untuk mengembangkan biomotor dan dapat memberikan masukan pada pelatih agar memberikan berbagai macam latihan yang meningkatkan biomotor.
- b. Sebagai informasi yang dapat dijadikan sebagai data yang valid untuk membuat dan menentukan suatu kebijakan ataupun saat menyusun program latihan dan melakukan evaluasi terhadap program yang diberikan.
- c. Dapat dijadikan sebagai standar untuk pencapaian tingkat biomotor atlet bola voli.

